

**PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU DALAM MENINGKATKAN
PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK DI MADRASAH ALIYAH
MATHLA'UL ANWAR BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling

Oleh
Ade Imtiyaz Sholihah
NPM 1511080185

Jurusan: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1441 H / 2020 M**

**KONSELING INDIVIDU DALAM MENINGKATKAN PERCAYA DIRI
PESERTA DIDIK DI MADRASAH ALIYAH MATHLA'UL ANWAR
BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling



Oleh
Ade Imtiyaz Sholihah
NPM 1511080185

Jurusan: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Pembimbing I : Dr. Oki Dermawan, M.Pd
Pembimbing II : Defriyanto, S.IQ., M.E d

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1441 H / 2020 M**

ABSTRAK

Perkembangan psikologi remaja usia 15-18 tahun adalah mulai munculnya keinginan anak untuk mengeksplor potensi dirinya dengan dominan dikuasai oleh egonya. Sementara perkembangan aspek sosial yang harus dicapai yaitu mengenai tugas-tugas perkembangan fisiknya, mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis, mencapai kemandirian emosional, ekonomi, serta mampu memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai sosial dengan penuh tanggung jawab. Sikap percaya diri merupakan sebagai salah satu pembentukan kemampuan hidup sosial yang menjadi dasar yang harus dimiliki anak agar mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian kualitatif. Teknik pengumpulan data dengan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik keabsahan data menggunakan triangulasi sumber. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling individu mampu meningkatkan percaya diri peserta didik dengan inisial AW. Hal tersebut terbukti dari hasil wawancara dengan guru BK yang melakukan proses konseling terhadap AW, guna mencari dan memperoleh data mengenai peningkatan percaya diri AW. Selain itu dilakukan wawancara terhadap teman sekelas AW guna memperoleh data mengenai sikap dan tingkah laku sehari-hari AW di sekolah mengenai sikap percaya diri.

Kata Kunci: Konseling Individu, Percaya Diri



SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ade Imtiyaz Sholihah
NPM : 1511080185
Jurusan : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pelaksanaan Konseling Individu dalam Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik di MA Mathla’ul Anwar Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020” adalah benar-benar merupakan hasil karya penyusun sendiri, bukan duplikasi ataupun tiruan dari karya orang lain kecuali pada bagian yang dikutip dan disebut dalam footnote atau daftar pustaka apabila dilain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini tanggung jawab sepenuhnya adalah penyusun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, Januari 2020
Penulis,

Ade Imtiyaz Sholihah
NPM. 1511080185



KEMENTERIAN AGAMA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG

FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jl. Letkol. H. Endro Suratmin Sukarame 1, Bandar Lampung Telp(0721)703289

PERSETUJUAN

**Judul Skripsi : PELASANAAN KONSELING INDIVIDU DALAM
MENINGKATKAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK DI
MA MATHLA'UL ANWAR BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

Nama : Ade Imtiyaz Sholihah

NPM : 1511080185

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

Untuk di Munaqosahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Oki Dermawan, M.Pd
NIP. 197610302005011001

Defriyanto S.IQ., M.Ed
NIP.197801192008011012

Mengetahui,

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dr. Hj. Rifda El Fiah, M.Pd
NIP. 1967062219940322



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jl. Letkol. H. Endro Suratmin Sukarame 1, Bandar Lampung Telp(0721)703289

PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul **“PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU DALAM MENINGKATKAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK DI MADRASAH ALIYAH MATHLA'UL ANWAR BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2019/2020”** disusun oleh **Ade Imtiyaz Sholihah, NPM. 1511080185**, Jurusan **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**, telah diujikan dalam sidang Munaqosah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada hari/tanggal: **Jum'at 06 Maret 2020**

TIM DEWAN PENGUJI

Ketua : Dr. H. Subandi, MM

Sekretaris : Mega Aria Monica, M.Pd

Penguji Utama : Rahma Diani, M.Pd

Penguji Pendamping I : Dr. Oki Dermawan, M.Pd

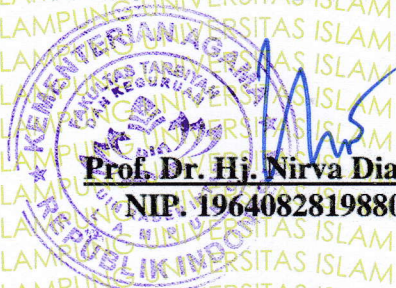
Penguji Pendamping II : Defriyanto, S.I.Q., M.Ed

Mengetahui,

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd

NIP. 196408281988032000



MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Artinya: “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”. (QS. Ali Imran: 139)¹



¹Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, QS. Ali Imran: 139, h. 67

PERSEMBAHAN

Dengan segala puji atas nikmat sehat yang Allah limpahkan kepada penulis sehingga penulisan karya ilmiah skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik serta atas kerendahan hati dan rasa syukur dari lubuk hati yang paling dalam, Kupersembahkan Skripsi ini Kepada:

1. Kedua orang tuaku tercinta papah dan mamahku yang sangat aku banggakan dan kucintai serta kusayangi, yang telah mengasuh dan mendidikku dengan penuh kasih sayang, kesabaran serta tak pernah henti memberiku dukungan dan doa untukku.
2. Kepada kedua kakakku dan ayukku yang selalu aku banggakan dan sayangi. Yang selama ini menjadi menyemangatkan.
3. Almamaterku tercinta, UIN Raden Intan Lampung yang telah mengajarkanku untuk belajar bersikap, berfikir, dan bertindak lebih baik.

RIWAYAT HIDUP

Penulis lahir tanggal 22 juli 1996 di Kotabumi. Penulis adalah anak keempat dari 4 bersaudara, dari pasangan Bapak H.Ismail Syah S.Ag dan Ibu Hj. Ridiyani SPd, Penulis menempuh pendidikan formal:

1. SDN 1 Madukoro 2001
2. MTs Daar El-Qolam, Gintung Jayanti Tangerang 2009
3. MA Daar El-Qolam, Gintung Jayanti Tangerang 2013

Pada tahun 2015, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Bimbingan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, di Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung melalui jalur Seleksi Penerimaan Mahasiswa Baru jalur tes bersama UIN Raden Intan Lampung Tahun Ajaran 2015/2016.

Selama penulis menempuh perkuliahan di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, penulis mengikuti Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Branti Kecamatan Natar Desa Sidodadi, Kabupaten Lampung Selatan selama 30 hari. Selanjutnya pada tahun yang sama, Penulis mengikuti Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di SMK 7 Bandar Lampung.

KATA PENGANTAR

Dengan nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Segala puji bagi Allah SWT yang tak henti-hentinya melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga tetap tercurah kepada Nabi Muhammad SAW. Skripsi dengan judul “Konseling Individu dalam Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik di MA Mathla’ul Anwar Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020” adalah salah satu syarat untuk mendapat gelar sarjana pendidikan (S1) pada program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Dalam penyelesaian skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan, masukan dan bimbingan dari berbagai pihak, karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada Bapak/Ibu:

1. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Dr. Hj. Rifda El Fiah, M.Pd, selaku ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
3. Dr.Oki Dermawan, M.Pd selaku Pembimbing 1 terimakasih atas bimbingan yang telah diberikan.
4. Defriyanto, S. IQ. M.Ed sebagai pembimbing II terima kasih atas bimbingan yang selama ini telah diberikan.
5. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung yang telah banyak menyumbangkan ilmunya selama penulis di bangku perkuliahan.

6. Ibu Laila selaku guru Bimbingan Konseling MA Mathla'ul Anwar Bandar Lampung yang telah bersedia dengan ramah menjawab pertanyaan-pertanyaan peneliti saat wawancara dan terima kasih telah menyediakan waktunya untuk membantu dalam pengumpulan data selama penelitian.
7. Peserta didik MA Mathla'ul Anwar Bandar Lampung dengan inisial AW yang telah bersedia untuk jadi subjek penelitian. Terimakasih atas kerjasamanya.
8. Untuk sahabat Annisa Istiqomah Haryati, Annisa Ayusonia Rala S.Pd, Mazaya Nur Afifah, Anjar Sari, Yuniar Prima Habsari, yang selalu memberikan doa dan semangat dalam keseharianku, Ada cerita disetiap kebersamaan kita. Terimakasih kalian.
9. Untuk sahabat-sahabatku yang sudah lama mendampingi dari SMP hingga saat ini, Sarah Afifah S.E, Atika Ayu Setia Harnum S.H, Dina fatia, Vera Yuliantika S.Pd, yang selalu ada di saat apa pun itu.
10. Untuk sahabatku yang sudah menjadi adik-adikku, Anisa Fitriana dan Ayu Andriani. Yang selalu memberikan motivasi dan doa.
11. Almamaterku tercinta UIN Raden Intan Lampung dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, namun telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT membalas amal kebaikan semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, dan mudah-mudahan skripsi ini bermanfaat dan berkah bagi penulis dan semua pihak. Aamiin.

Bandar Lampung Januari 2020
Penulis,

Ade Imtiyaz Sholihah
NPM.1511080185

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK.....	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
RIWAYAT HIDUP.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian.....	7
C. Rumusan Masalah.....	8
D. Tujuan Penelitian.....	8
E. Manfaat Penelitian	8
 BAB II LANDASASAN TEORI	 11
A. Layanan Konseling Individual.....	11
1. Pengertian Layanan Konseling Individual.....	11
2. Karakteristik Konseling untuk Pengembangan.....	14
3. Tujuan Layanan Konseling Individu	15
4. Proses Pelaksanaan Layanan Konseling Individual	19
5. Komponen Layanan Konseling Individual	25
6. Asas-asas Layanan Konseling Individual	26
7. Pendekatan dan Teknis Layanan Konseling Individual	26
8. Waktu dan Tempat Layanan Konseling Individual.....	27

B. Percaya Diri	29
1. Pengertian Percaya Diri	29
2. Ciri-ciri Individu yang Memiliki Rasa Percaya Diri	35
3. Proses Pembentukan Percaya Diri.....	36
4. Cara Menumbuhkan Rasa Percaya Diri.....	37
C. Upaya Guru BK dalam Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik.....	38
D. Penelitian Relevan	47
E. Kerangka Berfikir	49
BAB III METODE PENELITIAN.....	50
A. Metode Pendekatan Penelitian.....	50
1. Jenis dan Sifat Penelitian	50
2. Informan/Narasumber.....	52
B. Teknik Pengumpulan Data	53
C. Metode Analisis Data	55
D. Uji Keabsahan/ Kredibilitas Data	56
BAB VI HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	63
A. Hasil Penelitian	63
B. Pembahasan	69
BAB V PENUTUP	81
A. Kesimpulan.....	81
B. Saran.....	83

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Indikator Percaya Diri.....	5
2. Masalah Percaya Diri Peserta Didik di MA Mathla'ul Anwar Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020	6



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Pikir Penelitian	49



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Sejarah Singkat Profil Sekolah
- Lampiran 2 : Pedoman Wawancara dan Transkrip Wawancara
- Lampiran 3 : Transkrip Wawancara
- Lampiran 4 : Pengesahan Seminar
- Lampiran 5 : Surat Izin Penelitian
- Lampiran 6 : Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian
- Lampiran 7 : Kartu Konsultasi Skripsi
- Lampiran 8 : Foto Pelaksanaan Penelitian



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salah satu komponen terpenting dalam pendidikan adalah bimbingan konseling. Dengan adanya bimbingan konseling di sekolah merupakan suatu kesadaran dan komitmen tenaga ahli dan profesional dalam rangka memfasilitasi peserta didik dalam upaya agar dapat mengembangkan potensi diri serta membantu dalam mengatasi dan mencegah akan hal-hal yang tidak diinginkan. Dimana dalam masa tersebut peserta didik banyak membutuhkan bimbingan dan bantuan dalam mengarahkan tujuan hidup di masa depan yang lebih baik serta untuk memperluas wawasan dan ilmu pengetahuan terkait dirinya dan lingkungannya.¹

Salah satu komponen pendidikan yang memberikan suatu kegiatan bantuan kepada peserta didiknya yaitu bidang bimbingan konseling. Dalam rangka meningkatkan kualitas dan mutu peserta didik kegiatan bimbingan konseling diberikan kepada individu pada umumnya, dan peserta didik di sekolah pada khususnya. Hal tersebut sesuai dengan undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 pasal 1 menjelaskan tentang tujuan dari pendidikan nasional yaitu pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual

¹Mera Hartuti, *Penggunaan Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik VIII SMPN 28 Bandar Lampung*, (Bandar Lampung: Skripsi BK UIN Lampung, 2018), 2

keagamaan, kecerdasan, akhlak mulia, kepribadian, pengendalian diri, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, lingkungan masyarakat, bangsa dan Negara.²

Salah satu pangkal dari sikap dan perilaku seseorang adalah Kepercayaan diri yang merupakan sikap yang mampu menjadikan seseorang mampu berkembang sesuai dengan kemampuan dan potensi dirinya. Seseorang yang mempunyai sikap percaya diri dapat mengatur dirinya sendiri, mengarahkan perasaan tanpa pengaruh orang lain dan dapat memiliki kecakapan dalam mengungkapkan perasaan maupun tingkah laku. Namun tidak semua individu memiliki sikap percaya diri yang baik.

Seperti studi kasus yang terjadi pada salah satu peserta didik dengan inisial AW yang merupakan salah satu peserta didik di MA Mathla'ul Anwar Bandar Lampung yang kurang memiliki rasa percaya diri, dimana pada saat peneliti melakukan pra penelitian terkait untuk melihat kondisi percaya diri peserta didik di MA Mathla'ul Anwar Bandar Lampung, pada saat peneliti menemui guru BK untuk membicarakan permasalahan terkait variabel penelitian yang akan peneliti lakukan selama kurang lebih satu bulan, yaitu berkenaan dengan pelaksanaan konseling individu beliau menyatakan langsung sekaligus merekomendasikan AW sebagai objek penelitian, berikut pernyataan guru BK pada saat wawancara senin, 20 September 2019 sebagai berikut:

Kondisi percaya diri peserta didik cukup baik ya mbk, karena memang seperti yang terlihat bahwasanya jumlah peserta didik di sini tidak banyak dalam satu kelas hanya terdapat 28-25 peserta didik, dan rata-rata peserta didik yang sekolah di sini itu pindahan dari sekolah lain kebanyakannya. Dan untuk kelas

²Fitriana, *Peranan Guru Bk dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok di Man Lubuk Pakam*, (Medan: Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Jurusan Bimbingan Konseling Islam, 2018), tersedia (Online), h.1

X jumlah peserta didiknya ada 28 peserta didik dimana jumlah laki-laki 12 orang dan perempuan berjumlah 16 orang. Kemudian dari ke-28 peserta didik tersebut yang sangat nampak terlihat dalam tingkah laku kesehariannya yang kurang percaya diri itu ada satu anak yaitu AW, dimana perilaku yang nampak pada diri AW yaitu anaknya pemalu, sehingga cenderung pendiam dan menyendiri kurang bisa bersosialisasi dengan teman-teman dan lingkungan sekitarnya, selain itu laporan dari guru-guru bahwa AW sering enggan dan takut jika diminta untuk mengemukakan pendapatnya dan maju ke depan kelas. Oleh sebab itu saya merekomendasikan AW saja untuk dijadikan subjek penelitian atas dasar pertimbangan-pertimbangan tersebut.³

Sementara jika ditinjau dari aspek psikososial dan teori perkembangan manusia bahwasanya pada rentang usia 15-18 tahun seharusnya perkembangan aspek sosial yang harus dicapai oleh individu sesuai dengan tugas-tugas masa perkembangan remaja pencapaian perkembangan seperti yang dikemukakan oleh Hurlock dalam Mohammad Ali sebagai berikut:

Mampu menerima keadaan fisiknya, mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa, mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis, mencapai kemandirian emosional, mencapai kemandirian ekonomi, mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat, memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orang tua, mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa, mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan, dan memahami serta mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga.⁴

Tugas-tugas perkembangan pada fase remaja ini sangat berkaitan dengan perkembangan kognitifnya, yaitu fase operasional formal. Kematangan pencapaian fase kognitif akan membantu individu dalam kemampuan untuk melaksanakan tugas-tugas perkembangannya itu dengan baik salah satunya yaitu kemampuan untuk menjadi pribadi individu yang memiliki kemandirian belajar.⁵

³Guru BK, Hasil Wawancara pada Jum'at 20 September 2019

⁴Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. (Jakarta: Bumi Aksara, Cetakan Kedelapan, 2012), h. 10

⁵Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, h. 10

Namun pada kenyataannya, fakta yang ditemukan di lapangan masih terdapat peserta didik yang masih belum berkembang dalam aspek sosialnya seperti kurang percaya diri, hal tersebut terlihat dalam diri peserta didik dengan inisial AW dimana dalam diri AW terdapat indikator kurang percaya diri ditandai dengan sikap dan tingkah laku yang sering merasa takut, tidak berani saat diminta untuk maju ke depan kelas, cenderung pendiam dan pemalu tidak banyak bergaul dengan temannya serta tidak mampu bersosialisasi dan berinteraksi dengan baik terhadap lingkungan disekitarnya.

Hal tersebut diperkuat dengan adanya pernyataan dari teman satu kelasnya pada saat peneliti bertanya langsung terkait kondisi percaya diri AW sebagai mana yang telah diungkapkan sebelumnya oleh Guru BK, sebagai berikut:

Si AW anaknya memang seperti itu bu, sukanya diam di kelas terus gak pernah mau jika diajak bermain dengan yang lainnya, udah gitu dia anaknya suka minderan bu, makanya dia lebih suka berdiam diri dibandingkan ikut gabung dengan teman-teman lainnya, terus itu ya bu kalo di kelas saat belajar pun dia itu selalu diam kalo disuruh maju gak pernah mau, mungkin dia takut bu gak berani maju, kan dia anaknya kurang bisa bersosialisasi dengan orang-orang disekitarnya.⁶

Rasa percaya diri yang telah dimiliki peserta didik dapat meningkatkan perkembangannya, baik oleh dirinya sendiri maupun lingkungan yang akan mendukung pencapaiannya. Rasa percaya diri yang merupakan suatu keyakinan terhadap segala aspek yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Jadi orang yang memiliki percaya diri memiliki rasa optimis dengan kelebihan yang dimiliki dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

⁶Peserta Didik, *Hasil Wawancara* pada Jum'at 20 September 2019

Menurut Thantaway dalam Pongky percaya diri adalah Kondisi mental atau psikologis dari seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan suatu tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya diri pada kemampuannya, karena orang itu yang kurang percaya diri sering menutup diri mereka terhadap dunia luar yang lebih luas.⁷

Menurut W.H. Miskell mendefinisikan arti percaya diri sebagai kepercayaan akan kemampuan sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki serta dapat dimanfaatkan secara tepat.⁸ Menurut Mastuti, ada beberapa ciri atau karakteristik individu yang memiliki rasa percaya diri.

1. Percaya akan kompetensi/kemampuan diri hingga, tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun rasa hormat orang lain.
2. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri.
3. Memiliki harapan yang terealistik terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.
4. Memiliki internal locus of control (memandang keberhasilan atau kegagalan tergantung dari usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak bergantung/mengharapkan bantuan orang lain.⁹

Menurut Muhadjir Effendy dalam Yan Vita selaku kepala Kemdikbud pada tahun 2016 indikator aspek percaya diri antara lain sebagai berikut disajikan dalam tabel di bawah:¹⁰

Tabel 1
Indikator Percaya Diri

Indikator Percaya Diri	Sub Indikator
Berani tampil di depan kelas	Mampu menyampaikan pendapat di depan kelas
Tidak mudah putus asa	Mampu mencoba dan bangkit lagi saat mengalami suatu kegagalan

⁷Pongky Setiawan, *Siapa Takut Tampil Percaya Diri*, (Yogyakarta : Parasmu, 2014), h.13-14

⁸Pradipta Sarastika, *Buku Pintar Tampil Percaya Diri* (Araska, 2014) h. 50

⁹Septi Rahayu, “Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok”, (Jurnal Skripsi Program Stara 1 Universitas Negeri Semarang UNNES , 201). h. 19

¹⁰Yan Vita. *Penguatan Sikap Percaya Diri melalui Dreams Book bagi Siswa Kelas I SDN Tegalombo I Kalijambe Sragen*. (Sragen: SDN Tegalombo 1 UPT Dinas Pendidikan Kecamatan Kalijambe, 2016), h. 125. Tersedia (Online) di Jurnal Internasional Volume. 1, No. 2, Juli - Desember 2016. ISSN: 2527-8231 (P), 2527-8177 (E), diakses Senin 9 September 2019 Pukul 09.25 WIB

Berani mengemukakan pendapat terhadap suatu masalah atau topik	Mampu berargumen saat kegiatan diskusi kelompok sesuai topik yang dibahas
Berani menjadi pemimpin	Mampu mengajukan diri sebagai ketua kelas atau pengurus kelas lain
Mengajukan diri untuk mengerjakan tugas atau soal di papan tulis	Mampu maju ke depan kelas untuk menjawab pertanyaan yang diajukan
Berani mencoba hal-hal baru yang bermanfaat	Mampu mengerjakan hal baru dan bermanfaat untuk dirinya sesuai potensi yang ada
Melakukan kegiatan tanpa ragu-ragu	Mampu mengikuti layanan kegiatan yang diadakan di sekolah dengan yakin dan mantap
Mampu membuat keputusan dengan tepat dan cepat	Mampu menentukan dan mengambil keputusan dengan yakin atas dirinya sesuai dengan kemampuan dan potensinya.

Sumber: Kemdikbud Tahun 2016

Tabel 2
Masalah Percaya Diri Peserta Didik di MA Mathla'ul Anwar Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020

NO	Masalah Kurang percaya Diri	Nama
1	Peserta didik masih sering menganggap rendah kemampuan diri sendiri dan cenderung pesimis	AW
2	Peserta didik masih sering merasakan khawatir gagal sebelum mencoba sesuatu, sehingga tidak berani memasang target untuk berhasil	
3	Peserta didik kurang dalam berkomunikasi dan sulit dalam menyampaikan pendapat serta ide-ide dalam dirinya	

Sumber: Dokumentasi Guru Bimbingan dan Konseling Masalah Percaya Diri Peserta Didik di MA Mathla'ul Anwar Bandar Lampung¹¹

Berdasarkan pada pernyataan di atas, untuk mengatasi rasa kurang percaya diri pada peserta didik dapat dilakukan dengan pemberian layanan Konseling individu. Konseling individu menurut Prayitno dan Erman Amtidalam Novia Pratama Putri dijelaskan sebagai berikut:

¹¹Laila, Guru Bimbingan Konseling MA Mathla'ul Anwar Bandar Lampung

Konseling individu merupakan dianggap sebagai upaya layanan yang paling utama dalam pelaksanaan fungsi pengentasan masalah konseli. Tanggung jawab konselor dalam proses konseling adalah mendorong untuk mengembangkan potensi konseli, agar dia mampu bekerja efektif, produktif, dan menjadi manusia mandiri.¹²

Berdasarkan kejadian yang penulis temukan di lapangan, dan merujuk pada teori yang ada dalam bidang layanan bimbingan konseling yaitu konseling individu, sesuai paparan di atas dapat dijelaskan bahwa dengan adanya konseling individu dapat menambahkan pemahaman peserta didik tentang kepercayaan diri, dan bagaimana menumbuhkan rasa percaya diri, sehingga dapat teratasi dan terentaskannya permasalahan peserta didik dari kurang percaya diri dalam mengungkapkan pendapatnya dan cenderung pendiam dan menyendiri di kelas serta enggan dan sering merasa minder saat diajak gabung dengan teman-temannya. Dengan demikian, berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, bahwa upaya Guru BK untuk mengatasi kurang percaya diri peserta didik itu sangat penting, maka penulis tertarik untuk melakukan pengamatan lebih lanjut dengan judul **“PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU DALAM MENINGKATKAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK DI MA MATHLA’UL ANWAR BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2019/2020”**.

B. Fokus Penelitian

Merujuk pada latar belakang masalah di atas, maka fokus penelitian sebagai berikut:

¹²Novia Pratama Putri, *Upaya Mengatasi Kepercayaan Diri Rendah Kelayan Melalui Konseling Perorangan dengan Pendekatan Realita (Studi Kasus pada Tiga Kelayan di Panti Asuhan Al-Huda Semarang)*, (Semarang: Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, 2011), h.

1. Keadaan Percaya Diri peserta didik di MA Mathla'ul Anwar Bandar Lampung.
2. Faktor-faktor menyebabkan kurang percaya diri peserta didik di MA Mathla'ul Anwar Bandar Lampung.
3. Pelaksanaan konseling individu dalam upaya meningkatkan kurang percaya diri peserta didik di MA Mathla'ul Anwar Bandar Lampung.

C. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut “Bagaimana pelaksanaan konseling individu yang diberikan guru BK dalam meningkatkan percaya diri peserta didik di MA Mathla'ul Anwar Bandar Lampung?.

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan sebagai berikut: “Untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan konseling individu yang diberikan guru BK dalam meningkatkan percaya diri peserta didik di MA Mathla'ul Anwar Bandar Lampung”.

E. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang ingin dicapai, maka penelitian ini mempunyai kegunaan dan manfaat. Adapun manfaat atau kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah dan memperkaya wawasan, serta dapat mengembangkan layanan kegiatan

bimbingan konseling disekolah, khususnya mengenai teknik apa saja yang digunakan dalam pelaksanaan konseling individu dalam upaya mengatasi kurang percaya diri peserta didik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Kepala Sekolah

Sebagai bahan informasi dan masukan kepada kepala sekolah untuk lebih mengarahkan guru BK dalam memberikan layanan bimbingan konseling khususnya pelaksanaan layanan konseling individu dalam mengatasi percaya diri peserta didik.

b. Bagi Peserta Didik

Memberikan informasi mengenai manfaat dan kegunaan layanan konseling individu sebagai layanan untuk memberikan bantuan dalam mengatasi permasalahan yang dialami peserta didik. Selanjutnya memberikan masukan dan menambah pengetahuan serta informasi kepada peserta didik mengenai bagaimana cara untuk menjadi pribadi yang penuh dengan percaya diri di dalam kehidupan sosial.

c. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Sebagai bahan rujukan dan masukan bahwa dengan memanfaatkan layanan konseling individu mampu menciptakan hubungan yang lebih erat antara konselor dengan konselinya, dimana hubungan emosional satu sama lain akan terjalin dalam proses konseling dalam membantu penyelesaian permasalahan yang peserta didik alami.

d. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan tentang gambaran langsung dilapangan sebagai guru bimbingan konseling disekolah. Sehingga mampu menjalankan dan melaksanakan layanan-layanan yang tersedia dalam bidang bimbingan konseling dalam membantu mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Layanan Konseling Individu

1. Pengertian Konseling Individu

Secara historis asal mula pengertian konseling adalah untuk memberi nasehat, seperti penasehat hukum, penasehat perkawinan, dan penasehat camping anak-anak pramuka. Pengertian konseling dalam kegiatan-kegiatan seperti tersebut di atas menekankan pada nasehat, mendorong, memberi informasi, menginterpretasi hasil tes, dan analisa psikologis.

Diantara konseling yang muncul kala itu yang menonjol adalah konseling pendidikan, jabatan, dan hubungan sosial. Biasanya yang menjadi klien adalah orang normal dan juga dapat memasuki batas bidang psikoterapi.

English Glen E. Smith mendefinisikan konseling sebagai berikut:

“Suatu proses dimana konselor membantu konseli agar ia dapat memahami dan menafsirkan fakta-fakta yang berhubungan dengan pemilihan, perencanaan dan penyesuaian diri sesuai dengan kebutuhan individu.”¹

Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat penulis simpulkan bahwa konseling merupakan suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh individu yang disebut konselor kepada individu yang bermasalah disebut dengan konseli, dengan melakukan perencanaan dan penyesuaian diri yang sesuai dengan apa yang dibutuhkan oleh peserta didik dalam mengatasi permasalahan yang dialaminya.

¹Sofyan S. Willis. *Konseling Individu Teori dan Praktek*. (Bandung: Alfabeta, 2014), h.

Sementara Milton E. Hahn mengatakan bahwa konseling adalah:

“Suatu proses yang terjadi dalam hubungan seorang dengan seorang yaitu individu yang mengalami masalah yang tak dapat diatasinya, dengan seorang petugas profesional yang telah memperoleh latihan dan pengalaman untuk membantu agar konseli mampu memecahkan kesulitannya.”²

Dalam era global dan pembangunan, maka konseling lebih menekankan pada pengembangan potensi individu yang terkandung didalam dirinya, termasuk dalam potensi ituadalah aspek intelektual, efektif, sosial, emosional, dan religius. Sehingga individu akan berkembang dengan nuansa yang lebih bermakna, harmonis, sosial dan bermanfaat.

Berdasarkan penjelasan para ahli di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa definisi konseling yang antisipatif sesuai tantangan pembangunan adalah: “Konseling adalah upaya bantuan yang diberikan seorang pembimbing yang terlatih dan berpengalaman, terhadap individu-individu yang membutuhkannya, agar individu tersebut berkembang potensinya secara optimal, mampu mengatasi masalahnya, dan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang selalu berubah”.³

Konseling individu adalah kunci semua kegiatan bimbingan dan konseling. Dengan menguasai teknik-teknik konseling individu berarti akan mudah menjalankan proses bimbingan dan konseling yang lainnya. Proses konseling individu merupakan relasi antara konselor dengan konseli dengan tujuan agar dapat mencapai tujuan konseli. Dengan kata lain tujuan konseling tidak lain adalah tujuan konseli itu sendiri. Hal ini amat perlu ditekankan sebab sering kejadian terutama pada konselor pemula atau yang

²Sofyan S. Willis. *Konseling Individu Teori dan Praktek*, h. 18

³Sofyan S. Willis. *Konseling Individu Teori dan Praktek*, h. 18

kurang profesional, bahwa subjektivitas dia amat menonjol di dalam proses konseling. Seolah-olah mengutamakan tujuan konselor sementara tujuan konseli terabaikan.

Tanggung jawab konselor dalam proses konseling adalah mendorong untuk mengembangkan potensi konseli, agar dia mampu bekerja efektif, produktif, dan menjadi manusia mandiri. Disamping itu tujuan konseling adalah agar konseli mencapai kehidupan berdaya guna untuk keluarga, masyarakat, dan bangsanya. Satu hal yang penting lagi dari tujuan konseling adalah agar meningkatkan keimanan dan ketakwaan konseli. Sehingga konseli menjadi manusia yang seimbang antara pengembangan intelektual-sosial-emosional, dan moral-religius.⁴

Layanan konseling individual merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Pembahasan tersebut bersifat mendalam menyentuh hal-hal penting tentang diri klien (bahkan sangat penting yang boleh jadi menyangkut rahasia pribadi klien), bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut permasalahan klien, namun juga bersifat spesifik menuju kearah pengentasan masalah.⁵

Layanan konseling individual merupakan salah satu dari sembilan jenis layanan bimbingan konseling, yaitu:

⁴Sofyan S. Willis. *Konseling Individu Teori dan Praktek*, h. 159

⁵Prayitno, *Seri Kegiatan Konseling*, (Padang:Universitas Negeri Padang, 2004), h.4

- a. Layanan Orientasi adalah layanan bimbingan yang dikoordinir guru bimbingan konseling dengan bantuan semua guru dan wali kelas, dengan tujuan membantu siswa dari situasi lama kepada situasi baru seperti siswa baru di SMP.
- b. Layanan Informasi adalah layanan yang berusaha memenuhi kekurangan individu akan informasi yang diperlukan.
- c. Layanan Penempatan dan penyaluran adalah layanan yang memungkinkan siswa memperoleh penempatan dan penyaluran secara tepat.
- d. Layanan Bimbingan Belajar adalah layanan yang memungkinkan siswa mengembangkan diri berkenaan dengan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, materi belajar yang cocok dengan kecepatan dan kesulitan belajar, serta berbagai aspek tujuan dan kegiatan belajar lainnya.
- e. Layanan Konseling Individual adalah layanan yang diberikan oleh konselor kepada siswa dengan tujuan berkembangnya potensi siswa, mampu mengatasi masalah sendirian dapat menyesuaikan diri secara positif.
- f. Layanan Konseling Kelompok adalah layanan yang diberikan kepada sekelompok siswa untuk memecahkan bersama masalah-masalah yang menghambat perkembangan siswa.⁶ Layanan Konseling Kelompok adalah layanan yang diberikan secara berkelompok dengan tujuan terselesaikannya masalah-masalah yang dialami individu.
- g. Layanan Konsultasi adalah layanan yang membantu individu dalam memperoleh wawasan, dan pemahaman dari cara yang diperlukan untuk menangani masalah pihak ketiga.
- h. Layanan Mediasi adalah layanan yang dilaksanakan konselor terhadap dua pihak atau lebih yang sedang dalam ketidak cocokan.⁷

2. Karakteristik Konseling untuk Pengembangan

- a. Konselor/pembimbing selalu berusaha melihat potensi individu dan dari sinilah dimulai penjelajahan dalam proses konseling. Akan tetapi bukan sebaliknya, bahwa seorang konselor hanya melihat sisi kelemahan/problem/kesulitan klien belaka. Akibatnya proses konseling dipandang oleh para klien adalah suasana yang tidak menyenangkan.
- b. Jika sekiranya klien memiliki masalah/kelemahan atau kesulitan, biarlah klien yang mengungkapkannya berkat dorongan dari konselor. Kemudian konselor berupaya membantu agar klien mampu mengatasi masalahnya.

⁶Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, h.32-35

⁷Endang Ertiati Suherti, *Bagaimana Konselor Bersikap*, (Yogyakarta:Pustaka Belajar, 2012), h. 21-22

- c. Konselor berusaha dengan menggunakan keterampilan, kepribadian dan wawasannya, unruk menciptakan situasi konseling yang kondusif bagi pengembangan potensi klien.
- d. Konselor berusaha memberikan kesempatan kepada klien untuk memberikan alternatif-alternatif pilihan yang sesuai dengan kondisi dan situasi dirinya. Konselor akan ikut membantu agar klien dapat mempertimbangkan alternatif-alternatif secara realistik.⁸
- e. Konseling pengembangan berjalan melalui proses konseling yang menggairahkan, menggembirakan klien, yaitu mellui dialog/ wawancara konseling yang menyentuh hati nurani dan kesadaran klien.
- f. Konselor dituntut agar dapat membaca bahasa tubuh yang memberikan isyarat tertentu yang mengandung arti tertentu.

3. Tujuan Layanan Konseling Individu

Tujuan konseling yaitu, membantu individu/klien agar menjadi orang yang lebih fungsional, mencapai integritas diri, identitas diri aktualisasi diri. Versi lain dari tujuan konseling adalah, agar potensi berkembang optimal, mampu memecahkan masalah, dan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan.

Menurut Maslow dalam Sofyan S. Willis mengemukakan tujuan konseling sebagai berikut:

“Agar tercapai aktualisasi diri sebagai manigestasi potensi yang dimiliki konseli. Dalam aktualisasi ini tidak terlepas dari sosialisasi potensi konseli yang dikembangkan tidak bertentangan dengan nilai dan norma yang berlaku di masyarakat. Disamping itu dalam aktualisasi diri terdapat unsur kemampuan untuk memilih yang terbaik dengan mempertimbangkan aspek-aspek lingkungan.”⁹

⁸Sofyan S. Willis. *Konseling Individu Teori dan Praktek*, h. 18-19

⁹Sofyan S. Willis. *Konseling Individu Teori dan Praktek*, h. 21

Berdasarkan pada pendapat ahli di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa untuk mencapai tujuan konseling dengan efektif seorang konselor harus mampu:¹⁰

a. Menangkap isu sentral atau pesan utama klien.

Konselor seharusnya segera dapat menangkap isu utama (masalah) klien. Bila klien datang kepada konselor, ia akan bercerita mengenai diri dan masalahnya. Seperti bagaimana ia dapat menjadikan dirinya sebagai seorang penerbang yang handal, apa yang mungkin dikembangkan dari dirinya sehingga ia menjadi orang yang berguna dan populer, bagaimana perasaan rendah dirinya dapat teratasi, ada apa dengan hubungan sosial klien dengan orang lain, ada sesuatu kesalahan dalam upaya belajarnya sehingga prestasi tidak menguntungkan, dan lainnya.

b. Utamakan tujuan klien-tujuan konseling

Dalam proses konseling jangan terjadi konselor mengutamakan tujuannya sendiri sedangkan tujuan klien diabaikan. Tanggung jawab utama konselor adalah mendorong klien untuk mengembangkan potensi, kekuatan, otonomi, dan kemampuan mengatur/mengarahkan nasibnya sendiri. Dengan kata lain tujuan klien adalah tujuan konseling itu sendiri. Secara umum dikatakan bahwa tujuan konseling haruslah mencapai:

- 1) *Effektive Daily Living*, artinya setelah selesai proses konseling konseli harus dapat menjalani kehidupan sehari-harinya secara efektif dan berdaya guna untuk diri, keluarga, masyarakat, bangsa dan tuhan; dan

¹⁰Sofyan S. Willis. *Konseling Individu Teori dan Praktek*, h. 20

- 2) *Relation With Order*, artinya konseli mampu menjalin hubungan yang harmonis dengan orang lain di keluarga, sekolah, kantor, masyarakat, dan lainnya.¹¹

Tujuan layanan konseling individual adalah agar klien memahami kondisi dirinya sendiri, lingkungan, permasalahan yang dialami, kekuatan dan kelemahan dirinya sehingga klien mampu mengatasinya. Dengan perkataan lain, konseling individual bertujuan untuk mengentaskan masalah yang dialami klien.¹² Selain itu ada juga tujuan umum dan tujuan khusus layanan konseling individual:

a. Tujuan Umum

Tujuan umum layanan konseling individual adalah terentaskannya masalah yang dialami klien. Apabila masalah klien itu dicirikan sebagai: (a) sesuatu yang tidak disukai adanya, (b) suatu yang ingin dihilangkan, (c) sesuatu dapat menghambat atau menimbulkan kerugian, maka upaya pengentasan masalah klien melalui konseling individual akan mengurangi intensitas ketidaksukaan atas keberadaan sesuatu yang dimaksud atau meniadakan keberadaan sesuatu yang dimaksud dan atau mengurangi intensitas hambatan, dan atau kerugian yang ditimbulkan oleh sesuatu yang dimaksudkan itu. Tujuan umum dari konseling individual adalah pengentasan masalah klien dengan demikian, fungsi pengentasan sangat dominan, dalam layanan ini.

¹¹Sofyan S. Willis. *Konseling Individu Teori dan Praktek*, h. 20

¹²Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006), h. 165

b. Tujuan Khusus

Dalam kerangka tujuan umum itu, tujuan khusus layanan konseling individual dapat dirinci dan secara langsung dapat dikaitkan dengan fungsi-fungsi konseling yang secara menyeluruh diembannya.

- 1) Melalui layanan konseling individual klien memahami seluk-beluk masalah yang dialami secara mendalam dan komprehensif serta positif dan dinamis (fungsi pemahaman).
- 2) Pemahaman itu mengarah kepada dikembangkannya persepsi dan sikap serta kegiatan demi terentaskannya secara spesifik masalah yang dialami klien itu (fungsi pengentasan).
- 3) Pengembangan dan pemeliharaan potensi klien dari berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latarbelakang pemahaman dan pengentasan masalah klien dicapai (fungsi pengembangan/pemeliharaan).
- 4) Pengembangan dan pemeliharaan dan potensi unsur-unsur positif yang ada pada diri klien, diperkuat dari terentaskannya masalah, akan merupakan kekuatan bagi tercegah menjalarnya masalah yang sekarang sedang dialami itu, serta (diharapkan) tercegah pada masalah-masalah baru yang mungkin timbul (fungsi pencegahan).
- 5) apabila masalah yang dialami klien menyangkut dilarangnya hak-hak klien sehingga klien teraniaya dalam kadar tertentu, layanan konseling individual dapat menangani sasaran yang bersifat advokasi (fungsi advokasi).¹³

¹³ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*, h. 4-6

Gabungan capaian tujuan umum dan tujuan khusus yang diraih melalui layanan konseling individual memperlihatkan betapa layanan konseling individual dapat disebut sebagai “jantung hatinya” seluruh pelayanan konseling.

4. Proses Pelaksanaan Layanan Konseling Individual

Layanan konseling individual merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Adapun pelaksanaan konseling individual dilakukan dalam beberapa tahapan, yaitu:

a. Tahap awal Konseling

Tahap ini terjadi sejak klien menemui konselor hingga berjalan proses konseling sampai konselor dan klien menemukan definisi masalah klien atas dasar isu, kepedulian, atau masalah klien. Adapun proses konseling tahap awal dilakukan konselor sebagai berikut.

1) Membangun hubungan konseling yang melibatkan klien;¹⁴

Hubungan konseling yang bermakna ialah jika klien terlibat berdiskusi dengan konselor. Hubungan tersebut dinamakan *a working relationship* – hubungan yang berfungsi, bermakna, berguna. Keberhasilan proses konseling amat ditentukan oleh keberhasilan tahap awal ini.

¹⁴Sofyan S. Willis. *Konseling Individu Teori dan Praktek*, h. 50

Kunci keberhasilannya terletak pada: pertama, keterbukaan konselor. Kedua, keterbukaan klien artinya dia dengan jujur mengungkapkan isi hati, perasaan, harapan, dan sebagainya. Namun keterbukaan ditentukan oleh faktor konselor yakni dapat dipercayai klien karena dia tidak berpura-pura, akan tetapi jujur, asli, mengerti dan menghargai. Ketiga, konselor mampu melibatkan klien terus menerus dalam proses konseling. Karena dengan demikian, maka proses konseling akan lancar dan segera dapat mencapai tujuan konseling.

2) Memperjelas dan mendefinisikan masalah

Jika hubungan konseling telah terjalin dengan baik dimana klien telah melibatkan diri, berarti kerjasama antara konselor dengan klien akan dapat mengangkat isu, kepedulian, atau masalah yang ada pada klien.

Sering klien tidak begitu mudah menjelaskan masalahnya, walaupun mungkin dia hanya mengetahui gejala-gejala yang dialaminya. Karena itu amatlah penting peran konselor untuk membantu memperjelas masalah klien. Demikian pula klien tidak memahami potensi apa yang dimilikinya, maka tugas konselorlah untuk membantu mengembangkan potensi, memperjelas masalah, dan membantu mendefinisikan masalahnya bersama-sama.¹⁵

3) Membuat penaksiran dan penjajakan

Konselor berusaha menjajaki atau menaksir kemungkinan mengembangkan isu atau masalah, dan merancang bantuan yang

¹⁵Sofyan S. Willis. *Konseling Individu Teori dan Praktek*, h. 51

mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi klien, dan dia menentukan berbagai alternatif yang sesuai bagi antisipasi masalah.

4) Menegosiasikan kontrak

Kontrak artinya perjanjian antara konselor dengan klien. Hal itu berisi: kontrak waktu, artinya berapa lama diinginkan waktu pertemuan oleh klien dan apakah konselor tidak keberatan. Kontrak tugas, artinya konselor apa tugasnya, dan klien apa pula, kontrak kerjasama dalam proses konseling.

Kontrak menggariskan kegiatan konseling, termasuk kegiatan klien dan konselor. Artinya mengandung makna bahwa konseling adalah urusan yang saling ditunjang, dan bukan pekerjaan konselor sebagai ahli, thok. Disamping itu juga mengandung makna tanggung jawab klien, dan ajakan untuk kerja sama dalam proses konseling.¹⁶

b. Tahap Pertengahan/ Tahap Kerja (Inti)

Berangkat dari definisi masalah klien yang disepakati pada tahap awal, kegiatan selanjutnya adalah memfokuskan pada: 1) penjelajahan masalah klien; 2) bantuan apa yang akan diberikan berdasarkan penilaian kembali apa-apa yang telah dijelajah tentang masalah klien.

Menilai kembali masalah klien akan membantu klien memperoleh perspektif baru, alternatif baru, yang mungkin berbeda dengan sebelumnya, dalam rangka mengambil keputusan dan tindakan. Dengan adanya perspektif baru, berarti ada dinamika pada diri klien menuju

¹⁶Sofyan S. Willis. *Konseling Individu Teori dan Praktek*, h. 51

perubahan. Tahap perspektif maka klien sulit untuk berubah. Adapun tujuan-tujuan tahap pertengahan ini yaitu:¹⁷

- 1) Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah, isu, dan kepedulian klien lebih jauh

Dengan penjelajahan ini, konselor berusaha agar kliennya mempunyai perspektif dan alternatif baru terhadap masalahnya. Konselor mengadakan *reassessment* (penilaian kembali) dengan melibatkan klien, artinya masalah itu dinilai bersama-sama. Jika klien bersemangat, berarti dia sudah begitu terlibat dan terbuka. Dia akan melihat masalahnya dari perspektif atau pandangan yang lain dan lebih objektif dan mungkin pula dengan berbagai alternatif.

- 2) Menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara

Hal ini bisa terjadi jika: pertama, klien merasa senang terlibat dalam pembicaraan atau wawancara konseling, serta menampakan kebutuhan untuk mengembangkan potensi diri dan memecahkan masalah. Kedua, konselor berupaya kreatif dengan keterampilannya yang bervariasi, serta memelihara keramahan, empati, kejujuran, keikhlasan dalam memberi bantuan. Kreativitas konselor dituntut pula untuk membantu klien menemukan berbagai alternatif sebagai upaya untuk menyusun rencana bagi penyelesaian masalah dan pengembangan diri.

¹⁷Sofyan S. Willis. *Konseling Individu Teori dan Praktek*, h. 52

3) Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak

Kontrak dinegosiasikan agar betul-betul memperlancar proses konseling. Karena itu konselor dan klien agar selalu menjaga perjanjian dan selalu mengingat dalam pikirannya. Pada tahap pertengahan konseling ada lagi beberapa strategi yang perlu digunakan konselor yaitu: pertama, mengkomunikasikan nilai-nilai inti, yakni agar klien selalu jujur dan terbuka, dan menggali lebih dalam masalahnya. Karena kondisi sudah amat kondusif, maka klien sudah merasa aman, dekat, terundang dan tertantang untuk memecahkan masalahnya. Kedua, menantang klien sehingga dia mempunyai strategi baru dan rencana baru, melalui pilihan dari beberapa alternatif, untuk meningkatkan dirinya.¹⁸

c. Tahap akhir konseling (tahap tindakan)

Pada tahap akhir konseling ditandai beberapa hal yaitu:

- 1) Menurunkan kecemasan klien. Hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasannya.
- 2) Adanya perubahan perilaku klien kearah yang lebih positif, sehat dan dinamik.
- 3) Adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas.
- 4) Terjadinya perubahan sikap yang positif, yaitu mulai dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka mengalahkan dunia luar, seperti orangtua, guru, teman, keadaan tidak menguntungkan dan sebagainya. Jadi klien sudah berfikir realistis dan percaya diri.

Tujuan-tujuan tahap akhir ini adalah sebagai berikut.¹⁹

- 1) Memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang memadai

Klien dapat melakukan keputusan tersebut karena dia sejak awal sudah menciptakan berbagai alternatif dan mendiskusikannya

¹⁸Sofyan S. Willis. *Konseling Individu Teori dan Praktek*, h. 52-53

¹⁹Sofyan S. Willis. *Konseling Individu Teori dan Praktek*, h. 53

dengan konselor, lalu dia putuskan alternatif mana yang terbaik. Pertimbangan keputusan itu tentunya berdasarkan kondisi objektif yang ada pada diri dan diluar diri. Saat ini dia sudah berpikir realistik dan dia tahu keputusan yang mungkin dapat dilaksanakan sesuai tujuan utama yang ia inginkan

2) Terjadinya *transfer of learning* pada diri klien

Klien belajar dari proses konseling mengenai perilakunya dan hal-hal yang membuatnya terbuka untuk mengubah perilakunya diluar proses konseling. Artinya klien mengambil makna dari hubungan konseling untuk kebutuhan akan suatu perubahan.

3) Melaksanakan perubahan perilaku

Pada akhir konseling klien sadar akan perubahan sikap dan perilakunya. Sebab ia datang minta bantuan adalah atas kesadaran akan perlunya perubahan pada dirinya.

4) Mengakhiri hubungan konseling

Mengakhiri konseling harus ada persetujuan klien. Sebelum ditutup ada beberapa tugas klien yaitu: pertama, membuat kesimpulan-kesimpulan mengenai hasil proses konseling; kedua, mengevaluasi jalannya proses konseling; ketiga, membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya.

Beberapa indikator keberhasilan konseling adalah: 1) menurunkan kecemasan klien; 2) mempunyai rencana hidup yang praktis, pragmatis, dan berguan; 3) harus ada perjanjian kapan

rencananya akan dilaksanakan sehingga pada pertemuan berikutnya konselor sudah bisa mengecek hasil pelaksanaan rencananya.²⁰

Mengenai evaluasi, terdiri dari beberapa hal, yaitu: 1) klien menilai rencana perilaku yang akan dibuatnya; 2) klien menilai perubahan perilaku yang telah terjadi pada dirinya; 3) klien menilai proses dan tujuan konseling.

5. Komponen Layanan Konseling Individual

a. Konselor

Konselor adalah seorang ahli dalam bidang konseling, yang memiliki kewenangan dan mandat secara profesional untuk melaksanakan kegiatan pelayanan konseling. Dalam layanan konseling individual konselor menjadi aktor yang secara aktif mengembangkan proses konseling melalui dioperasionalkannya pendekatan, teknik dan asas-asas konseling terhadap klien.

b. Klien

Klien adalah seorang individu yang sedang mengalami masalah, atau setidaknya sedang mengalami sesuatu yang ingin disampaikan kepada orang lain. Klien menanggung semacam beban, *uneg-uneg*, atau mengalami suatu kekurangan yang ia ingin isi, atau dalam suatu kekurangan yang dan/atau perlu dikembangkan pada dirinya, semuanya itu agar ia mendapatkan suasana fikiran dan/atau perasaan yang lebih ringan, memperoleh nilai tambah, hidup lebih berarti, dalam hal-hal

²⁰Sofyan S. Willis. *Konseling Individu Teori dan Praktek*, h. 54

positif lainnya dalam menjalani hidup sehari-hari dalam rangka kehidupan dirinya secara menyeluruh.²¹

6. Asas-asas Layanan Konseling Individual

a. Etika dasar konseling

Dasar etika yang dikemukakan Munro, Manthei, Small, yaitu kerahasiaan, kesukarelaan, dan keputusan yang diambil oleh klien sendiri, mendasari seluruh kegiatan layanan konseling individual.

b. Asas kekinian dan keahlian

Asas kekinian diterapkan sejak paling awal konselor bertemu dengan klien. Dengan nuansa kekinianlah segenap proses layanan dikembangkan, dan atas dasar kekinian pulalah kegiatan dalam layanan dijalankan.

c. Asas kenormatifan dan keahlian

Segenap aspek teknis dan isi layanan konseling individual adalah normatif, tidak ada satupun yang boleh terlepas dari kaidah-kaidah norma yang berlaku, baik norma agama, adat, hukum, ilmu, dan kebiasaan. Klien dan konselor terikat sepenuhnya oleh nilai-nilai dan norma yang berlaku.²²

7. Pendekatan dan Teknik Layanan Konseling Individual

Dalam layanan konseling individual pada umumnya digunakan pendekatan elektik yang mensinergikan unsur pendekatan direkrif nondirektif, humanistik-behavioristik, kognitif-emosional-afektif, melalui

²¹Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), h. 6-7

²²Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, h.10-13

penerapan berbagai teknik dalam apektrum yang luas, sesuai dengan konten permasalahan yang dibahas.²³Banyak teknik yang digunakan dalam konseling individual yaitu, menghampiri klien (attending), empati, refleksi, ekplorasi, menangkap pesan utama, bertanya untuk membuka percakapan, bertanya tertutup, dorongan minimal, interprestasi, mengarahkan, memimpin, memfokus, konfrontasi, menjernihkan, memudahkan, diam, mengambil inisiatif, memberi nasehat, memberi informasi, merencanakan dan menyimpulkan.²⁴

8. Waktu dan Tempat Layanan Konseling Individual

Layanan konseling individual hakekatnya dapat dilaksanakan kapan saja dan dimana saja, atas kesepakatan konselor-klien, dengan memperhatikan:

- a. Kenyaman klien
- b. Terjaminnya asas kerahasiaan
- c. Isi layanan konseling individual

Masalah-masalah isi layanan konseling individual mencakup:

- a. Masalah-masalah yang berkenaan dengan bidang pengembangan pribadi
- b. Bidang pengembangan sosial
- c. Bidang pengembangan pendidikan atau kegiatan belajar
- d. Bidang pengembangan karier
- e. Bidang pengembangan kehidupan keluarga
- f. Bidang pengembangan kehidupan beragama
- g. Proses layanan konseling individual.²⁵

Secara menyeluruh dan umum, proses konseling individual dari kegiatan paling awal sampi kegiatan akhir, tergantung dalam lima tahap, yaitu:

²³Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, h.14

²⁴Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, h.28

²⁵Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*, h. 165

a. Pengantaran

Proses pengantaran klien memasuki kegiatan konseling dengan segenap pengertian, tujuan, dan prinsip dasar yang menyertainya. Proses pengamatan ini ditempuh melalui kegiatan penerimaan yang bersuasana hangat, permisif, tidak menyalahkan, penuh pemahaman, dan penstrukturan yang jelas. Apabila proses awal ini efektif, klien akan termotivasi untuk menjalani proses konseling selanjutnya dengan hasil yang lebih menjanjikan.

b. Penjajakan

Proses penjajakan dapat diibaratkan sebagai membuka dan memasuki ruang sumpek atau hutan belantara yang berisi hal-hal yang bersangkutan paut dengan permasalahan dan perkembangan klien. Sasaran penjajakan adalah hal-hal yang dikemukakan klien dan hal-hal lain yang perlu dipahami tentang diri klien. Seluruh sasaran penjajakan ini adalah berbagai hal yang selama ini terpendam, tersalah artikan atau terhambat perkembangannya pada diri klien.

c. Penafsiran

Apa yang terungkap melalui penjajakan merupakan berbagai hal yang perlu diartikan atau dimaknai keterkaitannya dengan masalah klien. Hasil proses penafsiran ini pada umumnya adalah aspek-aspek realita dan harapan klien dengan berbagai variasi dinamika psikisnya. Dalam rangka penafsiran ini, upaya diagnosis dan prognosis, dapat memberikan manfaat yang berarti.

d. Pembinaan

Proses pembinaan ini secara langsung mengacu kepada pengentasan masalah dan pengembangan diri klien. Dalam tahap ini disepakati strategi dan intervensi yang dapat memudahkan terjadinya perubahan. Sasaran dan strategi terutama ditentukan oleh sifat masalah, gaya dan teori yang dianut konselor, serta keinginan klien. Dalam langkah ini konselor dan klien mendiskusikan alternatif pengentasan masalah dengan berbagai konsekuensinya, serta menetapkan rencana tindakannya.

e. Penilaian

Upaya penilaian melalui konseling diharapkan menghasilkan terentaskannya masalah klien. Ada tiga jenis penilaian yang perlu dilakukan dalam konseling individual, yaitu penilaian segera, penilaian jangka pendek, dan penilaian jangka panjang.²⁶

Berdasarkan pernyataan di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa proses konseling individu dilakukan berdasarkan 5 tahapan diantaranya: tahap pengantaran, tahap penjajakan, penafsiran, pembinaan, dan penilaian.

²⁶Prayitno, *Layanan Kopnseling Perorangan*, (Padang, 2004), h.10

B. Percaya Diri

1. Pengertian Percaya Diri

Percaya diri adalah sesuatu yang membuat manusia menjadi memahami akan kondisi dirinya karena adanya kekuatan di dalam jiwa kita. Rasa percaya diri sangat berpengaruh pada suatu keberhasilan seseorang untuk menciptakan suasana yang lebih nyaman baik untuk diri sendiri maupun orang lain, dan dengan rasa percaya diri tersebut seseorang dapat dengan mudah melewati segala sesuatu yang terjadi dihadapannya.

Rasa percaya diri yaitu suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimiliki dan keyakinan tersebut membantunya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di berbagai hidupnya. Seseorang yang memiliki kepercayaan akan optimis di dalam melaksanakan semua aktivitasnya, dan mempunyai tujuan yang realistis.

Abdul Hayat, dalam bukunya yang berjudul “*Konsep-konsep Konseling Berdasarkan Ayat-ayat Al-qur'an*” menjelaskan bahwa percaya diri adalah kebalikan dari putus asa. Orang yang percaya diri akan mau bekerja keras dalam berusaha, tidak putus asa dalam kegagalan, suka melakukan introspeksi dan berusaha untuk memperbaiki diri dari yang ada pada dirinya, sehingga mereka terhindar dari perilaku tercela dan sesat. Firman Allah SWT dalam surah Yusuf ayat 87:

يٰۤبَنِيَّ اٰذْهَبُوْا فَتَحَسَّسُوْا مِنْ يُۤوسُفَ وَاَخِيْهِ وَلَا تَاۡيَسُوْا مِنْ رَّوْحِ اللّٰهِ ۚ اِنَّهٗ لَا يَآيِسُ مِنْ رَّوْحِ اللّٰهِ اِلَّا الْفَوۡمُ الْكَافِرُوْنَ ﴿٨٧﴾

Artinya : Hai anak-anakku, Pergilah kamu, Maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir".(QS. Yusuf: 87)²⁷

Dalam Al-Qur'an surat Yusuf ayat 87 diterangkan bahwa kepercayaan diri ini berada pada pribadi yang istiqamah, yaitu pribadi konsisten dan konsekuen dalam memegang teguh keimanan kepada Allah Swt. Sehingga mereka tidak ada rasa takut kepada apapun dan siapapun kecuali terhadap Allah Swt serta tidak merasa hina, sebab mereka percaya diri bahwa keselamatan dan keberuntungan sedang menunggu mereka. Disebabkan keistiqamahan seseorang dalam beriman kepada Allah swt. Mereka memiliki kepercayaan diri yang tinggi, sebab mereka senantiasa merasakan adanya tempat minta tolong, tempat mengadukan segala persoalan hidup kapan pun dan dimana pun, serta memiliki perasaan optimis akan mendapatkan surga di akhirat kelak. Allah sendiri menghimbau kepada mereka ini agar mereka selalu percaya diri disebabkan keimanan mereka.²⁸

Kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting bagi seseorang. Tanpa adanya kepercayaan diri seseorang akan menimbulkan. Tanpa adanya kepercayaan diri akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat. Dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu mengaktualisasikan

²⁷Dapartemen Agama RI. *Al-Qur'an dan Terjemahannya. QS. Yusuf: 87.* (Bandung : CV JART. 2005), h. 362

²⁸Rosa Ariesta Dewi, *Hubungan Popularitas di Sosial Media dengan Rasa Percaya Diri Pada Managemen Putri Hijab Provinsi Lampung Angkatan 2017.* (Lampung: Skripsi Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam UIN Raden Intan Lampung, 2017). (Online). Tersedia di https://scholar.google.co.id/scholar?start=50&q=oki+dermawan&hl=id&as_sdt=0,5#d=gs_qabs&u=%23p%3DEPbdU2kHze0J, diakses Senin 29 Oktober 2019 pukul 19.35 WIB

segala potensi dirinya. Kepercayaan diri merupakan sesuatu yang urgen untuk dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seseorang anak maupun orangtua, secara individual maupun kelompok.²⁹

Beberapa Ahli menjelaskan pengertian kepercayaan diri, antara lain sebagai berikut :

“Menurut Hasan dan Kawan-kawan dalam kamus istilah *Psicology* mengatakan bahwa: “Percaya diri merupakan kepercayaan akan kemampuan sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki serta dapat memanfaatkan secara tepat”. Pendapat tersebut dilanjutkan oleh Rahmad yang mengatakan secara sederhana bahwa “ percaya diri yaitu suatu keyakinan seseorang terhadap gejala aspek kelebihan yang dimiliki individu dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya”.³⁰

Berdasarkan pernyataan pendapat ahli di atas, maka dapat diambil kesimpulan mengenai percaya diri yaitu merupakan suatu keyakinan yang ada dalam diri individu yang mencakup berbagai aspek yang meliputi kelebihan dan kekurangannya sehingga individu tersebut mampu mencapai harapan-harapan dan tujuan dalam hidupnya.

Sedangkan menurut Hakim dalam Yesi Yuniarti dan Titin Indah Pratiwi menjelaskan definisi percaya diri sebagai berikut:

“Rasa percaya diri adalah sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan didalam kehidupannya”. Seseorang yang mempunyai keyakinan akan dirinya akan membawanya kearah sesuatu yang dapat membuatnya berhasil dalam melakukan suatu tindakan.³¹

²⁹M. Nur Ghufroon & Rini Risnawati S, *Teori-Teori Psikologi*, (Jakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), h. 33

³⁰Fitriana, *Peranan Guru Bk dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok di Man Lubuk Pakam*, h.2

³¹Yesi Yuniarti dan Titin Indah Pratiwi, *Penggunaan Konseling Rasional Emotif untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa*, (Surabaya: Alumni dan Staf FKIP UNESA). (Online) diakses pada Rabu 12 Mei 2019 pukul 19.45 WIB

Berdasarkan pada beberapa pendapat ahli di atas, dapat penulis simpulkan bahwa rasa kurang percaya diri adalah suatu keyakinan yang negatif terhadap suatu kekurangannya yang ada diberbagai aspek kepribadiannya, sehingga ia tidak mampu untuk mencapai bernbagai tujuan di dalam kehidupannya.

Kemdikbud menjelaskan dalam kurikulum 2013, pada aspek percaya diri, mengenai catatan perilaku siswa dilakukan sesuai indikator pada aspek percaya diri. Adapun indikatornya dijelaskan sebagai berikut. Menurut Muhadjir Effendy dalam Yan Vita selaku kepala Kemdikbud pada tahun 2016 indikator aspek percaya diri antara lain sebagai berikut:

- a. Berani tampil di depan kelas,
- b. Tidak mudah putus asa,
- c. Berani mengemukakan pendapat terhadap suatu masalah atau topik,
- d. Mengajukan diri sebagai ketua kelas atau pengurus kelas lain,
- e. Mengajukan diri untuk mengerjakan tugas atau soal di papan tulis,
- f. Berani mencoba hal-hal baru yang bermanfaat,
- g. Melakukan kegiatan tanpa ragu-ragu; dan
- h. Mampu membuat keputusan dengan tepat dan cepat.³²

Menurut W.H. Miskell mendefinisikan arti percaya diri sebagai kepercayaan akan kemampuan sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki serta dapat dimanfaatkan secara tepat.³³ Menurut Mastuti, ada beberapa ciri atau karakteristik individu yang memiliki rasa percaya diri.

³²Yan Vita. *Penguatan Sikap Percaya Diri melalui Dreams Book bagi Siswa Kelas I SDN Tegalombo I Kalijambe Sragen*. (Sragen: SDN Tegalombo 1 UPT Dinas Pendidikan Kecamatan Kalijambe, 2016), h. 125. Tersedia (Online) di Jurnal Internasional Volume. 1, No. 2, Juli - Desember 2016. ISSN: 2527-8231 (P), 2527-8177 (E), diakses Senin 9 September 2019 Pukul 09.25 WIB

³³Pradipta Sarastika, *Buku Pintar Tampil Percaya Diri* (Araska, 2014) h. 50

- a. Percaya akan kompetensi/kemampuan diri hingga, tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun rasa hormat orang lain.
- b. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri.
- c. Memiliki harapan yang terealistik terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.
- d. Memiliki internal locus of control (memandang keberhasilan atau kegagalan tergantung dari usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak bergantung/mengharapkan bantuan orang lain.³⁴

Berdasarkan pernyataan di atas, maka dapat dikuatkan dengan adanya jurnal internasional “Pentingnya kepercayaan diri siswa telah disorot dalam berbagai cara. Sisa yang memiliki keyakinan atau percaya diri akan mampu mengembangkan potensi yang mereka miliki, seperti memiliki ide-ide mengenai bagaimana cara agar mereka memiliki masa depan yang baik”.³⁵

Gejala rasa kurang percaya diri ini umumnya dianggap ringan karena tidak begitu terlihat awalnya, akan tetapi apabila tidak tertangani dengan cepat maka gejala-gejala tersebut akan semakin parah, dan akhirnya berdampak pada diri siswa tersebut, bahkan lingkungan sekitar juga. Lingkungan tersebut bisa di dalam lingkungan masyarakat, keluarga dan sekolah.

Jadi orang yang percaya diri memiliki rasa optimis dengan kelebihan yang dimiliki dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Peserta didik yang mempunyai rasa percaya diri yang tinggi dapat

³⁴Septi Rahayu, “Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok”, (Jurnal Skripsi Program S1 Universitas Negeri Semarang UNNES, 2011), h. 19

³⁵Ricard Sheldrake, *Student Intentions Towards Studying Science At Upersecondary School: The Differential Effect Of Under-Confidence And Over-Confidence*, 2016, h. 3

memahami kelebihan dan kelemahan yang dimiliki. Kelemahan dijadikannya untuk motivasi dalam mengembangkan kelebihannya yang dimiliki bukan dijadikannya sebagai penghambat dan penghalang dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkannya. Sebagaimana firman Allah SWT dalam Al-Qur'an dalam surat Ar-Ra'd ayat 11 yang berbunyi :

لَهُ مُعَقِّبَتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُم مِّنْ دُونِهِ مِنِّ وَالِ ۝

Artinya: “Baginya (manusia) ada malaikat-malaikat yang selalu menjaganya bergiliran, dari depan dan belakangnya. Mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia”. (QS. Ar-Ra'd: 11)³⁶

Berdasarkan dari QS. Ar-Ra'd ayat 11 tersebut, maka dapat ditarik kesimpulan kepercayaan diri, adalah kesadaran individu akan kekuatan dan kemampuan yang dimilikinya, menyakini adanya rasa percaya dalam dirinya, merasa puas terhadap dirinya baik yang bersifat batiniah maupun jasmaniah, dapat bertindak sesuai dengan kepastiannya serta mampu mengendalikannya dalam mencapai tujuan yang diharapkannya. Serta perubahan individu itu dipengaruhi dan ditentukan oleh dirinya sendiri hendak menjadi pribadi yang seperti apa.

³⁶Dapartemen Agama RI. *Al-Qur'an dan Terjemahannya. QS. Ar-Ra'd: 11*, h. 258

2. Ciri-ciri Individu yang Memiliki Rasa Percaya Diri

Orang yang sehat mentalnya mempunyai percaya diri (*self confidence*) dan kontrol diri (*self control*). Mereka dapat independen bila diperlukan dan dapat pula asertif apabila yang bersangkutan ingin asertif. Mereka mempunyai *internal fokus control*. Mereka dapat mengontrol dirinya dengan baik. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri memiliki ciri-ciri diantaranya adalah mempunyai sikap yang tenang dalam mengerjakan tugas-tugas sekolah, mempunyai potensi yang memadai, mampu menetralsir ketegangan yang muncul diberbagai situasi, mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi, memiliki kondisi mental dan fisik yang menunjang penampilannya, memiliki kecerdasan yang menunjang, dan mampu bersosialisasi dengan lingkungan sekitar, selalu bereaksi positif dalam menghadapi masalah, memiliki pendidikan formal yang cukup, memiliki latar belakang keluarga yang baik.³⁷ Sebagaimana firman Allah yang menjelaskan tentang derajat orang-orang yang percaya diri dan beriman dalam menjalani kehidupan sesuai dengan kemampuan dirinya tertuang dalam QS. Ali Imran Ayat 139 yang berbunyi:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Artinya: “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”. (QS. Ali Imran: 139)³⁸

Berdasarkan ayat 139 QS. Ali Imran di atas jelas bahwa kedudukan dan derajat orang yang memiliki percaya diri yang baik akan tertanam

³⁷Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling (Studi Dan Karier)*, (Yogyakarta : CV. Andi Offset, 2010), h. 196

³⁸Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, QS. Ali Imran: 139, h. 67

keimanan dalam dirinya sehingga individu yang memiliki percaya diri positif dalam dirinya cenderung akan bersikap dan bertingkah laku yang baik, bersikap lemah lembut, dan tidak akan pernah merasa putus asa dan berfikir pesimis dalam hidupnya.

3. Proses Pembentukan Percaya Diri

Kepercayaan diri yang melekat pada diri individu bukan bawaan sejak lahir atau turunan anak melainkan hasil proses belajar bagaimana merespon berbagai rangsangan dari luar melalui interaksi dengan lingkungannya. Kita sering merespon berbagai rangsangan atau fenomena dari luar kemudian kita mempresepsikannya. Bila kita mempresentasikan secara perasaan yang tidak menyenangkan kemudian timbul perasaan untuk menghindarinya. Menurut Hakim terbentuknya rasa percaya diri yang kuat terjadi melalui proses, diantaranya sebagai berikut:

- a. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
- b. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkannya keyakinan yang kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya.
- c. Pemahaman dan reaksi positif seorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri.
- d. Pengalaman di dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.³⁹

Kurangnya pada salah satu proses tersebut, menjadikan seseorang mengalami hambatan untuk mendapatkan rasa percaya diri. Misalnya saja individu yang mengalami hambatan-hambatan dalam perkembangannya ketika bersosialisasi akan menjadikan individu tersebut menjadi tertutup dan rendah diri yang pada akhirnya menjadi kurang percaya diri.

³⁹Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, (Jakarta: Puspa Swara, 2005), h.6

4. Cara Menumbuhkan Rasa Percaya Diri

Menurut Fatimah dalam Herni Rosita untuk dapat menumbuhkan rasa percaya diri yang proporsional, individu tersebut harus memulai dari diri sendiri. Adapun cara yang digunakan adalah:⁴⁰

a. Evaluasi Diri Secara Objektif

Individu harus belajar untuk menerima diri secara objektif dan jujur. Membuat daftar potensi yang ada dalam diri baik yang telah diraih ataupun belum. Kenali apa yang menjadi penyebab terhalangnya kemunculan potensi yang ada dalam diri.

b. Memberi penghargaan yang jujur terhadap diri

Menyadari dan menghargai sekecil apapun keberhasilan dan potensi yang dimiliki.

c. *Positif Thinking*

Mencoba untuk melawan setiap asumsi, prasangka atau persepsi negatif yang muncul dalam benak, dan tidak membiarkan pikiran negatif berlarut-larut.

d. Gunakan *Sel Affirmation*

Menggunakan *sel affirmation* memerangi *negatif thinking*, contohnya: “Saya pasti bisa!”

e. Berani Mengambil Resiko

Setelah memahami secara objektif, maka akan dapat memprediksi resiko setiap tantangan yang dihadapi, sehingga tidak perlu menghindari melainkan lebih menggunakan strategi-strategi untuk menghindari, mencegah, atau mengatasi resiko.

⁴⁰Herni Rosita, *Hubungan Antara Perilaku Asertif dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa*, di Akses Tgl 07 April 2019, Pukul: 14.15 WIB

f. Belajar Mensyukuri dan Menikmati Rahmat Tuhan

Individu tersebut harus dapat melihat dirinya secara positif.

g. Melakukan Tujuan yang Realistik

Mengevaluasi segala tujuan yang telah ditetapkan, apakah tujuan tersebut realistik atau tidak. Tujuan yang realistik akan memudahkan dalam pencapaian tujuan.⁴¹

C. Upaya Guru BK dalam Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik

Guru BK adalah individu yang diberi tugas khusus sebagai pembimbing berbeda dengan guru mata pelajaran atau guru praktek. Guru BK mempunyai tugas, tanggung jawab, wewenang dan hak secara penuh dalam kegiatan bimbingan dan konseling terhadap sejumlah peserta didik. Dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya guru BK menjadi, “pelayan” bagi pencapaian tujuan pendidikan secara menyeluruh, khususnya bagi terpenuhinya dan tercapainya tujuan perkembangan masing-masing peserta didik (sebagai sasaran utama layanan), melainkan juga dengan berbagai pihak yang dapat secara bersama-sama menunjang pencapaian tujuan tersebut.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh guru BK yaitu memiliki pemahaman tentang peserta didik yang dibimbingnya. Untuk mengoptimalkan pemahaman tersebut, dalam prakteknya guru BK dapat menerapkan teori-teori, teknik, dan layanan-layanan yang diberikan oleh guru BK diharapkan dapat memberikan kontribusi kepada peserta didik supaya memiliki rasa percaya diri yang tinggi.

⁴¹Herni Rosita, *Hubungan Antara Perilaku Asertif dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa*, di Akses Tgl 07 April 2019, Pukul: 14.15 WIB

Rasa percaya diri inilah yang harus ditempa terlebih dahulu oleh peserta didik yang percaya diri tinggi akan mengembangkan minat, bakat, kemampuan dan potensi dalam dirinya. Sebaliknya peserta didik yang tidak memiliki percaya diri tinggi akan selalu berpikir negatif. Peserta didik menjadi sulit berhasil untuk menguasai ilmu serta pengetahuan yang sesuai dengan IPTEK.

Diantara rasa percaya diri yang harus dibangun dan dibentuk adalah rasa percaya kepada diri sendiri, kepada teman, institusi, dan masyarakat. Dengan kepercayaan diri akan membuat anak bangsa tidak menjadi superman yang seakan-akan bisa menyelesaikan setiap masalah. Tetapi dengan kepercayaan diri, mereka akan merasa menjadi bagian dari kelompok. Bekerja secara kelompok dalam artian berkolaborasi, sehingga terbentuk super tim yang baik dan bermanfaat bagi sesama tentunya.

Dalam proses belajar-mengajar, guru bimbingan konseling mempunyai tugas untuk mendorong, membimbing, dan memberi fasilitas belajar bagi peserta didik untuk mencapai tujuan.⁴² Guru bimbingan konseling mempunyai tanggung jawab untuk melihat segala sesuatu yang terjadi dalam kelas untuk membantu proses perkembangan peserta didik.

Proses pembelajaran bukan hanya dari seorang guru tetapi para peserta didik masa kini dapat belajar dari berbagai sumber dan media seperti surat kabar, radio, televisi, film, internet (media sosial) dan sebagainya. Peserta didik pun dapat belajar dalam berbagai kesempatan dan kegiatan di luar sekolah. Guru hanya merupakan salah satu diantara sumber belajar.

⁴²Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), h. 97

Dengan demikian upaya guru dalam proses pembelajaran ini menjadi luas dan lebih mengarah kepada peningkatan motivasi belajar peserta didik. Untuk melanjutkan ke perguruan tinggi para peserta didik membutuhkan dukungan serta motivasi dari seorang guru bimbingan konseling sebagai media perantara antara pihak yang memberikan berbagai informasi terkait dunia luar. Untuk bekal peserta didik menghadapi dan menerima kehidupan nyata dalam dunia luar maka peserta didik harus memiliki rasa percaya diri yang tinggi dan positif, karena itu selama dalam masa pendidikan guru bimbingan konseling harus memberikan pengetahuan dan layanan-layanan yang tepat yang dibutuhkan oleh masing-masing individu sesuai dengan latar belakang permasalahan peserta didik.⁴³

Adapun upaya dan peranan guru BK yang sering dilakukan dalam lembaga pendidikan formal sebagai berikut:⁴⁴

1. Memberi Layanan Bimbingan dan Konseling

Guru BK di sekolah bertugas memberi layanan bimbingan dan konseling untuk kepentingan peserta didik. Berkaitan dengan hal tersebut Erikson mengatakan bahwa kegiatan pelayanan bimbingan konseling meliputi: *Individual Inventory, the counseling, the information service, the placement services, and the follow upservices.*

Dapat dipertegas bahwa tugas guru pembimbing adalah:

- a. memasyarakatkan pelayanan bimbingan dan konseling,
- b. merencanakan program bimbingan dan konseling terutama program satuan layanan dan satuan pendukung,

⁴³Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), h. 97

⁴⁴Fitriana, *Peran Guru Dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok di Man Lubuk Pakam*, h.10

- c. melaksanakan segenap program satuan layanan bimbingan dan konseling,
- d. melaksanakan program layanan pendukung,
- e. menilai proses dan hasil pelaksanaan satuan layanan dan satuan pendukung bimbingan dan konseling,
- f. menganalisis hasil penilaian layanan dan kegiatan pendukung bimbingan dan konseling,
- g. melaksanakan tindak lanjut berdasarkan hasil penilaian layanan dan kegiatan pendukung bimbingan dan konseling,
- h. mengadministrasikan kegiatan satuan layanan dan satuan pendukung bimbingan dan konseling yang dilaksanakan; dan
- i. mempertanggung jawabkan bimbingan dan konseling pelaksanaan tugas dan kegiatannya dalam pelayanan bimbingan dan konseling secara menyeluruh kepada koordinator bimbingan dan konseling dan kepala sekolah.⁴⁵

Dalam lingkup pemberian layanan bimbingan dan konseling. Prayitno mengatakan bahwa “Pemberian layanan konseling meliputi layanan orientasi, layanan informasi, penempatan dan penyaluran, penguasaan konten, konseling perorangan, bimbingan kelompok, konseling kelompok, konsultasi, mediasi, dan advokasi”.⁴⁶

Guru pembimbing (konselor) di sekolah harus mampu melaksanakan sepuluh layanan bimbingan dan konseling tersebut agar setiap permasalahan yang dihadapi peserta didik dapat dicegah sedini mungkin sehingga tidak mengganggu jalannya proses pembelajaran. Dengan demikian, peserta didik dapat mencapai prestasi belajar secara optimal tanpa mengalami hambatan dan permasalahan dalam proses pembelajaran. Dalam Al-Qur'an Surat Ali Imran ayat 104 Allah SWT berfirman yang artinya:

⁴⁵Fitriana, *Peranan Guru Bk dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok di Man Lubuk Pakam*, h. 11

⁴⁶Prayitno, *Layanan L1-L9*, (Padang : FIP Universitas Negeri Padang, 2004), h. 11

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ ۚ وَأُولَٰئِكَ هُمُ

الْمُفْلِحُونَ ﴿١٠٤﴾

Artinya: “Dan hendaklah ada di antara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang munkar, merekalah orang-orang yang beruntung”. (Q.S Ali Imran : 104).⁴⁷

Pada ayat 104 Q.S Ali Imran juga memberi kejelasan bahwa pelaksanaan bimbingan dan konseling akan mengarahkan seseorang pada kesuksesan dan kebijaksanaan, dan bagi konselor sendiri akan mendapat nilai tersendiri dari Allah SWT.

2. Karakteristik Guru Bimbingan Konseling

Karakteristik yang wajib dipenuhi oleh seorang konselor untuk mencapai keberhasilannya dalam proses konseling. Menurut pandangan Carl Roger sebagai dasar konseling, Roger menyebutkan ada tiga karakteristik utama yang dimiliki oleh konselor yaitu sebagai berikut :

- a. *Congruence* yaitu Seorang konselor terlebih dahulu harus memahami dirinya sendiri, antara pikiran, perasaan, dan pengalamannya harus serasi. Konselor harus bersungguh-sungguh harus menjadi dirinya sendiri, tanpa menutupi kekurangan yang ada pada dirinya.⁴⁸
- b. *Unconditional Positif Regard* yaitu Seorang konselor harus dapat menerima respek kepada klien walapun dengan keadaan yang tidak dapat diterima oleh lingkungan. Setiap individu menjalani kehidupannya dengan membawa segala nilai-nilai dan kebutuhan yang dimilikinya. Rogers mengatakan bahwa setiap manusia memiliki potensi untuk

⁴⁷Dapartemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan*. QS. Ali Imran:104, h. 602

⁴⁸Fitriana, *Peranan Guru Bk dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok di Man Lubuk Pakam*, h. 13

mengaktualisasikan dirinya kearah yang lebih baik. Untuk itulah, konselor harus memberikan kepercayaan kepada klien untuk mengembangkan diri mereka.

- c. *Empathy, Empathy* adalah memahami orang lain dari sudut kerangka berpikirnya. selain itu, empati yang dirasakan juga harus ditunjukkan. Konselor harus dapat menyingkirkan nilai-nilainya sendiri, tetapi tidak boleh larut dalam nilai-nilai klien. Rogers mengatakan bahwa empati adalah “Kemampuan yang dapat merasakan dunia pribadi klien tanpa kehilangan kesadaran diri. Ia menyebutkan komponen dalam empati yang meliputi: penghargaan positif, rasa hormat, kehangatan, kekonkretan kesiapan kesegaran, konfrontasi, dan keaslian”.

3. Tugas dan Tanggung Jawab Guru Bimbingan Konseling

Sebagaimana yang telah diamanatkan SK N.84/ 1993 ada lima tugas yang menjadi tanggung jawab guru pembimbing yaitu sebagai berikut:⁴⁹

a. Menyusun Program Bimbingan dan Konseling

Tugas pokok utama guru pembimbing adalah membuat persiapan atau membuat rencana pelayanan, semacam persiapan tertulis tentang pelayanan yang akan dilaksanakan. Apabila guru bidang studi dituntut untuk membuat SAP (satuan acara pembelajaran), RP (Rencana Pembelajaran) maka guru pembimbing juga dituntut untuk membuat tugas pokok yang sama yaitu rencana pelayanan atau dikenal SATLAN (satuan layanan). Ada beberapa macam program kegiatan yang perlu disusun oleh guru pembimbing yaitu : 1) Program tahunan, 2) caturwulan, 3) Bulanan, 4) Program mingguan, 5) Program harian.

⁴⁹Fitriana, *Peranan Guru Bk dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok di Man Lubuk Pakam*, h. 14

b. Melaksanakan Program Bimbingan Konseling

Pelaksanaan kegiatan layanan dilakukan sesuai dengan perencanaan yang telah dipersiapkan pada bidang bimbingan pribadi, sosial, belajar, karir, kehidupan berkeluarga, kehidupan pekerjaan, kehidupan keberagamaan, dan kehidupan kemasyarakatan dilaksanakan melalui sepuluh layanan yaitu layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan dan penyaluran, layanan penguasaan konten, layanan konseling perorangan, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok, layanan konsultasi, layanan mediasi dan layanan advokasi.⁵⁰

c. Mengevaluasi Pelaksanaan Bimbingan Konseling

Evaluasi pelaksanaan bimbingan dan konseling merupakan kegiatan menilai keberhasilan layanan dalam bidang bimbingan pribadi, sosial, belajar, karir, kehidupan berkeluarga, kehidupan pekerjaan, kehidupan keberagamaan, dan kehidupan kemasyarakatan. Kegiatan mengevaluasi itu juga kegiatan menilai keberhasilan jenis-jenis layanan yang dilaksanakan. Evaluasi pelaksanaan BK dilakukan pada setiap selesai layanan yang diberikan baik pada jenis layanan maupun kegiatan pendukung.⁵¹

d. Menganalisis Hasil Evaluasi Pelayanan Bimbingan Konseling

Hasil evaluasi (tahap tiga) perlu dianalisis untuk mengetahui seluk beluk kemajuan dan perkembangan yang diperoleh peserta didik melalui program satuan layanan.

⁵⁰Fitriana, *Peranan Guru Bk dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok di Man Lubuk Pakam*, h. 14-15

⁵¹Fitriana, *Peranan Guru Bk dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok di Man Lubuk Pakam*, h. 15

e. Tindak Lanjut Pelaksanaan Program

Upaya tindak lanjut didasarkan pada hasil analisis. Menurut Prayetno ada tiga kemungkinan kegiatan tindak lanjut yang dapat dilakukan guru pembimbing.⁵²

Secara konseptual tugas guru bimbingan dan konseling dalam Al-Qur'an yakni memberikan bantuan dan pertolongan. Sebagaimana firman Allah SWT dalam surat Al-Maidah ayat 2 yang berbunyi sebagai berikut:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَحْلُوا شَعِيرَ اللَّهِ وَلَا الشَّهْرَ الْحَرَامَ وَلَا أَهْدَى وَلَا
الْقَلْبَ وَلَا ءَامِينَ الْبَيْتِ الْحَرَامِ يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِّن رَّبِّهِمْ وَرِضْوَانًا وَإِذَا حَلَلْتُمْ
فَأَصْطَادُوا وَلَا تَجْرِمَنَّكُمْ شَنَاٰنُ قَوْمٍ أَن صَدُّوكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ
أَن تَعْتَدُوا وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ ۖ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ
وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ ﴿٢﴾

Artinya : "Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah kamu melanggar syiar-syiar kesucian Allah, dan jangan (melanggar kehormatan) bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) hadyu(hewan-hewan qurban), dan qalait(hewan-hewan qurban yang diberi tanda), dan jangan (pula) mengganggu orang-orang yang mengunjungi baitul haram; mereka mencari karunia dan keridoan tuhan. Tetapi apabila kamu telah menyelesaikan ihram, maka bolehlah kamu berbuu. Jangan sampai kebencian/(mu) kepada suatu kaum karenamereka menghalang-halangi dari masjidil haram mendorongmu berbuat melampaui batas(kepada mereka). Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwalah kamu kepada Allah amat berat siksaan. (QS. Al-Maidah:2)⁵³

⁵²Fitriana, *Peranan Guru Bk dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok di Man Lubuk Pakam*, h. 15

⁵³Dapartemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan. QS. Al-Maidah: 2*, h. 456

Dari penjelasan ayat diatas dijelaskana bahwa kita sebagai umat islam di anjurkan saling tolong-menolong dalam kebaikan, dan janganlah tolong menolong dalam suatu keburukan. Dari kandungan makna ayat di atas dapat kita simpulkan bahwa saling tolong-menolong dalam sebuah kebaikan sangatlah dianjurkan, sebagaimana peranan pembimbing terhadap peserta didik terutama yang mengalami masalah.⁵⁴

Sesuai dengan tugas guru BK yaitu sebagai pemberi layanan kepada peserta didik dalam membantu mencegah dan mengatasi masalah yang dihadapi peserta didik, maka dari ke 10 layanan BK yang tersedia upaya yang pernah diberikan oleh guru BK di MA Mathla'ul Anwar Bandar Lampung dalam mengatasi permasalahan peserta didik yaitu melalui layanan informasi, penempatan dan penyaluran sesuai minat, bimbingan kelompok, konseling kelompok, serta konseling individu. Sementara untuk mengatasi permasalahan percaya diri biasanya diberikan melalui layanan bimbingan kelompok dan konseling individu.

Dalam penbelitian ini upaya yang diberikan guru BK yaitu dengan konseling kelompok karena sudah terdapat kasus langsung pada peserta didik yang kurang percaya diri sehingga guru BK langsung memberikan layanan konseling individu untuk membantu mengatasi permasalahan percaya diri peserta didik dengan inisial AW. Pemberian layanan konseling indivdu mula-mula diberikan penyambutan dan sapaan yang hangat dengan

⁵⁴Eka Widia Astuti. *Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Client Centered untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik Kelas X SMK Negeri 5 Bandar Lampung*. (Lampung: Skripsi Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, 2018), h. 6. (Online). Tersedia di https://scholar.google.co.id/scholar?start=70&q=oki+dermawan&hl=id&as_sdt=0,5#d=gs_qabs&u=%23p%3DgNrQMkMy6Iqj, diakses pada Senin 29 Oktober 2019 pukul 19.35 WIB

tujuan agar peserta didik tidak merasa takut dan canggung pada guru, sebelum masuk pada tahap kegiatan guru BK meminta peserta didik untuk mengaji atau membaca Al-Qur'an terlebih dahulu dengan tujuan agar peserta didik merasa lebih tenang dalam proses konseling selanjutnya diteruskan sesuai dengan tahapan pada konseling individu. Jika setelah pemberian konseling individu diberikan ternyata peserta didik tidak mengalami perubahan melainkan masih mengalami kurang percaya diri maka tindak lanjutnya akan dibawa kepada pihak yang lebih ahli.

D. Penelitian Relevan

Berdasarkan hasil telaah keperpustakaan, maka ditemukan beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian yang berkaitan dengan kepercayaan diri, diantaranya sebagai berikut :

1. Marika

Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan IAIN RIL. Lampung, 2017 dengan judul penelitian :“Pelaksanaan Layanan Terapi *Clien Centered* dalam Mengatasi Kurang Percaya Diri Peserta Didik SMP PGRI 6 Bandar Lampung”.⁵⁵ Dari penelitian Marika, penulis menjelaskan bahwa sebuah kepercayaan diri itu dalam diri individu seperti dapat dilihat dari sikap dan tingkah laku seorang individu yang menunjukkan rasa ragu dalam bertindak karena selalu merasa takut gagal sebelum mencoba, mudah cemas, tidak yakin akan potensi yang dimilikinya, cenderung pesimis, tidak mempunyai inisiatif, mudah patah semangat, dan tidak berani tampil di depan orang lain. Hasil dari penelitian

⁵⁵Marika, “Pelaksanaan Layanan Terapi *Clien Centered* dalam Mengatasi Kurang Percaya Diri Peserta Didik SMP PGRI Bandar Lampung” Tahun Pelajaran 2016/2017

saudari Marika yaitu menunjukkan dengan pelaksanaan layanan terapi *clien centered* peserta didik X yang pada awalnya kurang percaya diri terdapat perubahan yang signifikan yaitu tampil dengan penuh percaya diri. Persamaan dan perbedaan antara penelitian Marika dengan yang penulis lakukan yaitu persamaannya sama-sama membahas tentang kurangnya percaya diri. Sedangkan perbedaannya yaitu saudari Marika menggunakan layanan terapi *clien centered* sementara penulis menggunakan layanan konseling individu untuk mengatasi kurang percaya diri peserta didik.

2. Wiwinda

Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan IAIN RIL, Bandar Lampung, 2015 dengan judul penelitian : “Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Assertive Training* dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik SMPN 11 Bandar Lampung”.⁵⁶ Hasil dari penelitian saudari Wiwinda menunjukkan perubahan sikap peserta didik dimana peserta didik yang mulanya merasa takut dalam menghadapi ujian semester, sering merasa minder, dan tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat setelah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik asertive training menjadi meningkat ditunjukkan dengan perubahan pada peserta didik yang lebih berani tampil di depan kelas dan berani menyampaikan pendapat, merasa yakin akan kemampuan dirinya dan menjadi selalu berfikir positif tidak pesimis lagi. Persamaan antara penelitian Wiwinda dengan penulis yaitu

⁵⁶Wiwinda, Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Assertive Training* dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik SMPN 11 Bandar Lampung”, Tahun Pelajaran 2014/2015

terkait percaya diri sementara perbedaannya yaitu saudara Wiwinda dalam pelaksanaannya menggunakan teknik *assertive training* sementara penulis menggunakan layanan konseling individu pada umumnya/

E. Kerangka Berfikir

Menurut Uma Sekaran, dalam bukunya yang berjudul *Business Research* mengemukakan bahwa kerangka berfikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah penting.⁵⁷ Kerangka berfikir yang baik akan menjelaskan secara teoristik tentang variabel yang akan diteliti. Kriteria utama agar suatu kerangka berfikir bisa meyakinkan ilmuwan, maka alur-alur pemikiran yang logis dalam membangun suatu kerangka berfikir merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan. Berdasarkan teori-teori yang telah dideskripsikan tersebut, selanjutnya dianalisis secara kritis dan sistematis sehingga menghasilkan sintesa tentang hubungan antar variabel yang diteliti:



Gambar 1
Kerangka Berfikir

⁵⁷Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Pendekatan Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), h. 91

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Mohammad dan Mohammad Asrori. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara. Cetakan Kedelapan. 2012
- Ardial. *Paradigma Dan Model Penelitian Komunikasi*. Jakarta: Bumi Aksara. 2014
- Astuti, Eka Widia. *Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Client Centered untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik Kelas X SMK Negeri 5 Bandar Lampung*. (Lampung: Skripsi Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, 2018), h. 6. (Online). Tersedia di https://scholar.google.co.id/scholar?start=70&q=oki+dermawan&hl=id&as_sdt=0,5#d=gs_qabs&u=%23p%3DgNrQMkMy6Iqj, diakses pada Senin 29 Oktober 2019 pukul 19.35 WIB
- Dapartemen Agama RI. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Bandung : CV JART. 2005
- Dewi, Rosa Ariesta. *Hubungan Popularitas di Sosial Media dengan Rasa Percaya Diri Pada Manajemen Putri Hijab Provinsi Lampung Angkatan 2017*. (Lampung: Skripsi Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, 2017). (Online). Tersedia di https://scholar.google.co.id/scholar?start=50&q=oki+dermawan&hl=id&as_sdt=0,5#d=gs_qabs&u=%23p%3DEPbdU2kHzE0J, diakses Senin 29 Oktober 2019 pukul 19.35 WIB
- Fitriana. *Peranan Guru Bk dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok di Man Lubuk Pakam*. Medan: Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Jurusan Bimbingan Konseling Islam. 2018, tersedia (Online), diakses Senin 15 April 2019
- Ghufron, M. Nur & Rini Risnawati S. *Teori-Teori Psikologi*. Jakarta: Ar-Ruzz Media. 2012
- Hakim. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara. 2005
- Hartuti, Mera. *Penggunaan Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik VIII SMPN 28 Bandar Lampung*. Bandar Lampung: Skripsi BK UIN Lampung. 2018
- Kriyantono, Rachman. *Teknik Praktis Riset Komunikasi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group. 2006

- Marika. Pelaksanaan Layanan Terapi *Clien Centered* dalam Mengatasi Kurang Percaya Diri Peserta Didik SMP PGRI Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017
- Moleong, Lexi. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya. 2016
- Putra, Nusa. *Penelitian Kualitatif IPS*. Bandung: Remaja Rosdakarya. 2013
- Putri, Novia Pratama. *Upaya Mengatasi Kepercayaan Diri Rendah Kelayan Melalui Konseling Perorangan dengan Pendekatan Realita (Studi Kasus pada Tiga Kelayan di Panti Asuhan Al-Huda Semarang)*. Semarang: Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang. 2011
- Prayitno. *Layanan Konseling Perorangan*. Padang. 2004
- Rahayu, Septi. *Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok*. (Jurnal Skripsi Program Stara 1 Universitas Negeri Semarang UNNES. 2017
- Rosita, Herni. *Hubungan Antara Perilaku Asertif dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa*. di Akses Tgl 07 April 2019. Pukul: 14.15 WIB
- Setiawan, Pongky. *Siapa Takut Tampil Percaya Diri*. Yogyakarta : Parasmu. 2014
- Sheldrake, Ricard. *Student Intentions Towards Studying Science At Upersecondary School: The Defferential Effect Of Under-Confidance And Over-Convidence*. 2016
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*, Bandung: Alfabeta. 2017
- Suhartono, Irawan. *Metodelogi Penelitian Sosial*. Bandung: Remaja Rosdakarya. 2008
- Suherti, Endang Ertiati. *Bagaimana Konselor Bersikap*. Yagyakarta: Pustaka Belajar. 2012
- Sukardi, Dewa Ketut. *Pengantar pelaksanaan program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta. 2008
- Sutoyo, Anwar. *Pemahaman Individu*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2017
- Tohirin. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. 2006

Vita, Yan. *Penguatan Sikap Percaya Diri melalui Dreams Book bagi Siswa Kelas I SDN Tegalombo I Kalijambe Sragen*. (Sragen: SDN Tegalombo 1 UPT Dinas Pendidikan Kecamatan Kalijambe, 2016), h. 125. Tersedia (Online) di Jurnal Internasional Volume. 1, No. 2, Juli - Desember 2016. ISSN: 2527-8231 (P), 2527-8177 (E), diakses Senin 9 September 2019 Pukul 09.25 WIB

Walgito, Bimo. *Bimbingan dan Konseling (Studi Dan Karier)*. Yogyakarta : CV. Andi Offset. 2010

Willis, Sofyan S. *Konseling Individu Teori dan Praktek*. (Bandung: Alfabeta. 2014

Wiwinda. *Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Assertive Training dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik SMPN 11 Bandar Lampung*. Tahun Pelajaran 2014/2015

Yuniarti, Yesi dan Titin Indah Pratiwi. *Penggunaan Konseling Rasional Emotif untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa*. (Surabaya: Alumni dan Staf FKIP UNESA). (Online) diakses pada Rabu 12 Mei 2019 pukul 19.45 WIB

